

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berlandaskan hasil verifikasi hipotesis dan pembahasan dapat diikhtisarkan sebagai berikut:

1. Ada hubungan yang sangat signifikan antara *self-efficacy* akademik dan *trait* kepribadian *The Big Five*, yaitu *Extraversion*, *Agreeableness*, *Conscientiousness*, *Neuroticism* dan *Openness* dengan prokrastinasi akademik, sehingga hipotesis mayor penelitian ini diterima. Kontribusi efektif keenam prediktor diketahui sebesar 66,1%, sedangkan sisanya yaitu sebesar 33,9% kemungkinan dapat dijelaskan oleh faktor lain.
2. Ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara *self-efficacy* akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Hal ini menandakan bahwa hipotesis minor pertama diterima, sehingga skor *self-efficacy* yang semakin tinggi menerangkan semakin rendahnya prokrastinasi akademik, demikian sebaliknya.
3. Ada hubungan positif yang sangat signifikan antara *trait* kepribadian *Extraversion* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa, sehingga hipotesis minor kedua diterima. Hal ini memperlihatkan bahwa skor *Extraversion* yang semakin tinggi dapat menjelaskan

tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang semakin tinggi pula.

4. Ada hubungan positif yang signifikan antara *trait* kepribadian *Agreeableness* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa, sehingga hipotesis minor ketiga pada penelitian ini ditolak.
5. Ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara *trait* kepribadian *Conscientiousness* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa, sehingga dapat diketahui bahwa hipotesis minor keempat diterima. Skor *trait* kepribadian *Conscientiousness* yang semakin tinggi menerangkan semakin rendahnya prokrastinasi akademik, demikian sebaliknya.
6. Ada hubungan positif yang sangat signifikan antara *trait* kepribadian *Neuroticism* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa, dengan demikian hipotesis minor kelima diterima. Skor *trait* kepribadian *Neuroticism* yang semakin rendah menerangkan semakin rendahnya tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa, begitupun sebaliknya.
7. Tidak ada hubungan antara *trait* kepribadian *Openness* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Artinya, hipotesis keenam ditolak.

B. Saran

Merujuk pada hasil penelitian, pembahasan dan kesimpulan, maka dapat diajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi peneliti berikutnya

Bagi peneliti yang tertarik mengkaji tema prokrastinasi akademik, dianjurkan untuk mempertimbangkan peran faktor lain yang memberikan kontribusi sebesar 33,9%. Pertimbangan lainnya adalah peneliti selanjutnya perlu melakukan kendali pada variabel yang hendak diungkap dinamikanya, seperti kendali atas jenis kelamin, karakteristik tugas, usia, keterlibatan dalam organisasi kemahasiswaan atau jenjang angkatan, sehingga diperoleh informasi yang lebih jelas dan spesifik serta dapat menambah referensi mengenai permasalahan prokrastinasi akademik.

Selanjutnya, penelitian terdahulu mengenai prokrastinasi akademik sebagian besar menjadikan mahasiswa S1 sebagai subjek populasi, sehingga peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan populasi lain, contohnya siswa sekolah menengah (SMP/SMA/SMK), santri pondok pesantren, siswa sekolah berasrama dan sebagainya. Hal ini bertujuan agar semakin memperkaya informasi mengenai permasalahan prokrastinasi akademik dan harapannya dapat ditemukan pola intervensi ideal untuk mengatasi permasalahan tersebut secara komprehensif.

2. Bagi Pendidik

Hasil penelitian telah membuktikan pentingnya *trait* kepribadian, terutama *trait* kepribadian *Conscientiousness* dan *Neuroticism* serta *self-efficacy* akademik dalam memprediksi prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Oleh karena itu, pendidik yang dalam hal ini adalah dosen diharapkan mendukung dan memberikan layanan pendidikan kepada mahasiswa serta dapat meminimalisir hambatan yang memiliki efek negatif pada proses belajar mahasiswa, seperti rendahnya performa akademik atau kegagalan dalam ujian yang mengakibatkan depresi dan kecemasan selama kehidupan akademik mereka. Dosen diharapkan dapat lebih mengoptimalkan program pembimbingan dan pendampingan yang terkait dengan orientasi akademik dan gambaran karier masa depan sejak awal tahun perkuliahan, sehingga informasi tersebut dapat dijadikan landasan bagi mahasiswa baru untuk merancang karier.

Program perwalian klasikal maupun individual secara intensif sangat dibutuhkan oleh mahasiswa yang mengalami kesulitan akademik. Hal ini juga dapat mempermudah dosen wali dalam memantau perkembangan akademik mahasiswa.

3. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa yang memiliki tingkat prokrastinasi akademik sedang dan tinggi diharapkan dapat menyadari peran dan tanggung jawab pribadi yang akan menentukan keberhasilan dirinya, baik

terkait dengan performa akademik maupun karier di masa depan. Selain itu, mahasiswa juga perlu mempertimbangkan secara matang keputusan dan konsekuensi yang akan diperoleh ketika melakukan prokrastinasi akademik. Kesadaran dalam pengambilan keputusan secara positif dan efektif berguna untuk memperlancar penyelesaian tanggung jawab terkait dengan tugas-tugas akademik, serta persisten terhadap penyelesaian tugas tanpa menghiraukan gangguan eksternal yang mendorong prokrastinasi.

Mahasiswa yang memiliki tingkat prokrastinasi akademik rendah agar tetap mempertahankan *self-efficacy* akademik yang tinggi dan persisten terhadap tugas yang dirasa sulit, sehingga dapat menghindari prokrastinasi akademik dalam segala aktivitas akademiknya.

